

3月号

ニュースレター

あすか



通算334号

ここに 있습니다 데이大町~!
 こんなことして 있습니다 데이大町~!
 意外に知られて いない 데이大町~!

デイサービスセンターあすか大町はJR大町駅のホームからよく見える「あすかケアプラザ」という白い5階建てのまだまだ新しい建物の2階にあります。お車の方は大町駅の高架橋を潜る為少し分かりにくい場所にあり、まだご存じではない方が沢山おられます。

デイサービスのフロアは片面がガラス張りでもって解放感に満ち溢れ、お日様の光も沢山入ってきてとても明るいフロアになっています。また「自立支援」の為の設備も十分に整っています。



TEL 082-879-1125

次ページへつづく

医療法人あすかの経営理念
 『感謝 尊厳 謙虚 誇り』

医療法人あすかは、地域の患者様、利用者様との出会いに感謝し、信頼される法人として常に最善の医療、看護、介護を提供することを使命としています。私たちの仕事は、人の尊厳を守り、人の人生によりよい影響を与え、支えていくことです。私たちは、心を込めて仕事をします。私たちは謙虚であり、仕事に誇りを持ち、社会に貢献していくことを喜びとしています。



【目次】

1. デイサービスセンターあすか大町の紹介①	1
2. デイサービスセンターあすか大町の紹介②	2
3. ご長寿の秘訣	3
ケアプラザ探訪	3
4. 一押しプログラム	4
5. 医療法人あすかによくこそ	5
6. 事業所だより(ショート大町)	6
事業所だより(しゅりちょーく)	6
7. おもしろきかな我が人生~中原千里さん~	7
8. わたしの好きなもの 第76回	8

午前中は基本的に体操をしています。その他のプログラムとしては書道・手芸・お菓子づくり(現在はコロナで中止)・遊びリテーション・シニアヨガ・足湯・レクリエーションなどのプログラムがあります。他のデイサービスのようにプログラムは多くはありませんがそこに重きを置くのではなく実はプログラム以外の活動(洗濯物を干したり何かを運んだり、机を拭いたり等)生活していく上で必要な活動に重きを置いています。男性の方もご活躍されています。

① 生活リハビリいきいき体操

生活動作に必要な4つの力を培います。

- 背もたれなしで座る能力
- 前かがみが出来る能力
- 体を捻じる能力
- バランスを自分でとる能力

ポイントは“みんなで一緒に、みんなで楽しく”がモットーです。



② 延長サービス(夕食を召し上がられてから送迎致します)

ご家族がお勤めで忙しい時や急な用事が出来た時、介護負担軽減のためにも。

③ 一人おひとりが『主役』になれる関わり

要支援の方から要介護5までの方がいらっしゃいます。少人数のデイサービスの為、職員が密に関わらせていただきその方の生活を専門職を含め職員全員でサポートさせて頂きます。どなたも寂しい思いをしないように心掛けています。

④ 役に立ちたい! お気持ちを大切に

皆さんはよく「役に立たずにごめんね。」「何か手伝おうか。」「これくらいは自分でやるよ。」と言われることが多いですがそのお気持ちを大切に何かをして頂く事で私たちは人生の先輩の皆さんにとっても助けられています。



洗濯物干し



外出イベント お花見



レッドコード



夕食を召し上がっていただけます



机拭き



開放的なフロア、日向ぼっこ

デイ大町の場所や何をやっている所だろう?と思ったより知られていないことがまだまだ多いです。(私の宣伝能力がなく...)この機会にぜひ皆様一度デイ大町にお立ち寄りください。心よりお待ちしております。

安井由香里



「長寿の秘訣



いしばし やえこ
石橋 八重子様



昭和3年6月17日生まれ(92歳) まやるちよーく

Q 長寿の秘訣は何でしょう

A よく動く事と、好き嫌いなく食べる事よね。昔はご飯もお風呂も薪で炊いていたから、よく山に薪を拾いに行っていたのよ。田んぼの仕事もたくさんしてきたし、よく動いていたので、足腰が丈夫で今も元気なんだと思いますよ。

Q 最近何か気を付けていらっしやいますか



A 毎朝2人分の食事を作る事が日課で、朝は食パン1枚と主人の好きなキャベツの千切りのサラダと果物、牛乳を用意してます。特にリンゴが大好きで、切らすことはないですね。リンゴがいいのかしらね。あと、出かける前は必ずコーヒーを飲んでます。



お得意のカラオケ♪

Q 運動は何かされていますか

A 買い物に行くのに、散歩がてら歩いてフジに行きます。行きは歩いて、帰りは荷物が重いので電車で帰ります。買い物も楽しみの一つよ。

Q 他に何かありますか

A 感謝することかしらね。夕食は、お嫁さんがいろいろ作ってくれるので美味しいよ。お嫁さんには本当に感謝していますよ。



貼り絵制作



ゲームと体操

ケアプラザ 探訪



あすかケアプラザの近くに中須稲荷神社があります。立派な大きな桜の木があり、今年は広島が全国で一番のりに開花宣言されました。神社の桜はあと数日で開花しそうな優しいピンク色の蕾でした。早くお花見ができるような生活になってほしいと思います。



↑蕾が膨らみ始めてます



去年の桜。ケアプラザから



春はすぐそこまで



「押しつろぐ」プログラム紹介

『足湯』

コロナウイルスの影響により、いわや内でのプログラムがいろいろ制限され、楽しめる時間が充分に持てない日々を過ごしています。

今月よりコロナウイルスが感染者数も減少傾向にあります。そこで5階にある足湯を再開することになりました。職員が一人ずつ足湯へ一緒に行き、ゆっくりとゆったりと湯に浸かっていただいています。

「まあこんなところ、初めてよ」

「ええ眺めじゃね」

「足がすっきりして気持ちいいね」

と喜んでくださいます。

職員にとってはおひとりおひとりと向き合う時間となり、日頃聞くことのできない若いころの話、仕事や家族のことなどいろいろな経験談を聞かせていただいたり、一緒に歌を歌ってみたりと…

単に足を清潔にとか、血行をよくするために、という時間ではなく嬉しい時間の中で、その人にしっかり向き合い、その人により深く知ることのできる「ゴールデンタイム」となっています。

この時間は私たちに日々の介護現場での対応のヒントを得る場所にもなっています。

多くのご利用者の特別な笑顔とここでしか聞けない話を職員の喜び、楽しみに変えて今後もいわず足湯を行っていきたく思います



ショートいわや



リラックス～



はい、ピース★



気持ちいいよ～



気持ちよくてうっとり♪



- 何をしにここに来たかと考える
- ばあさんの手づくりマスク息でできず
- テレワークやってみましたが僕無職
- 入らない母の入歯で騒ぐ父
- なぜ吠えるマスク姿の飼い主に
- 美男とか美女とかもはやどうでもいい
- 耳鳴りもピーシーアールと音がする
- 脳トレを毎日してます探し物
- 妻が言うひとまず預かる給付金
- ゴミ出しの俺とカラスは顔なじみ
- 円満の秘訣ソーシャルディスタンス
- 妻の留守たつぷり醤油寿司刺身
- 要請をされる前から日々休み
- 我が家では濃厚接触とんとなし
- じいちゃんの敵は段差とパスワード
- 頭頂部だけが見えているオンライン
- グーグルの検索履歴に水戸黄門
- 家族から戦力外と冷たい目
- 今日もまた花マル付ける介護の記
- 物忘れこのまま全部忘れたい
- 幼な児に戻りて可愛い認知症



心のふりかけシルバー川柳

医療法人あすかによるこそ
医療法人あすかによるこそ



bạn bè
ともだち

ショートステイいわや
ツン ヴァン クアン



- 日本に来てどのくらい？
5年になります。
- ベトナムでは何をしていた？
警察の専門学校に通っていました。
2年勉強して試験を受けて合格したら、大学院に行く予定でしたが、家族の勧めで日本にきました。

- 日本語の勉強はどこで？
東京の日本語学校に1年半通いました。

- どうして介護の仕事をしたと思った？
おじいさん、おばあさんが好きだから。
インターネットでお年寄りにかかわる仕事を探しました。

- 広島に来たのは？
友達が広島にいたから。



- 休みの日はなにしてる？
寝ている、友達とサッカーをする。(←かなりうまいらしいです！)

- 好きな日本食は？
からあげ(毎日おひるごはんはからあげです)、 たこの刺身

- 自炊してる？
フォーやスープを時々作っています。

- 趣味は？
旅行(北海道、京都、大阪に行きました)
でも広島が一番好きです！
特に尾道がよかったです。



節分イベントで鬼に

- あすかに勤めて1年経ちますが、
どう？

体がしんどい時もありましたが、
楽しかったです。

- ベトナムではどこに住んで
いた？

ハノイに住んでいました。
夏が長く暑いところでした。
だから日本の夏は平気です。



- ベトナム料理で好きなものは？
魚料理、特に川魚がすきです



- 好きなブランドは？
アディダス

- ベトナムにいるご両親、お姉さん、おじいさん、おばあさんに伝えたい事は？

何年も会えていないので、コロナがおさまったら、
里帰りしてゆっくり会いたいです。



優しく車いすを押します

事業所だより

シヨート大町



今年は大陽暦の関係で2月2日が節分でした。2月2日が節分の日になるのは実に124年ぶりの事だったそうです。シヨート大町では皆さんが慣れ親しんだ2月3日に節分イベントを行いました。

今年の鬼の衣装はコロナウィルスを退治する事を込めて、いつもより厄を払ってくれそうな「なまはげ」をモチーフにしました。赤と青の鬼の仮面は、職員が制作したら失敗してしまったので、購入した物です。体の藁の部分は職員がカラーテープを適当な細さに裂き、利用者様に貼ってもらいました。こちらは中々の力作です。

フロアに集まってもらった利用者様に、新聞紙を丸めて作った豆に見立てたボールを渡し、いざ鬼の登場です。



すてきな笑顔



鬼退治「えいっ！」



シヨート大町に福きたるー

はじめは物珍しい様子で鬼を見ておられました。職員が利用者様を扇動すると徐々に鬼に攻撃をはじめられ、中には席を立ち鬼を追っかけます。皆様も「皆様が楽しそうに繰り返して豆を投げられるので鬼役の職員はフロア内をぐるぐるぐるぐる。最後に鬼との記念写真を撮らせていただきました。皆様とてもいい表情をされていて写真を選ぶのがとても難しかったです。

鬼退治を楽しんだ後は豆が入ったどら焼きを食べていただき、利用者様は舌鼓を打っておられました。

鬼はー外ー



事業所だより

しゅりあちよーく

しゅりあちよーくでは、毎週火曜日に脇坂先生を講師に招き水真流の詩吟を行っています。女性7名男性1名で、和気あいあいと楽しんでいます。

今は春の歌「春夜」を吟じています。形にこだわらず、楽しく元気な声を出しこれからも吟じていきたいと思っています。



楽しく声を出すと、手や体も動きます

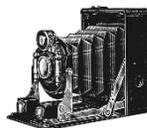


吟じている時は、背筋も伸びます



感染予防対策もしっかりと行っています

おもしろきかな我が人生



レジデンスあすか

なかはら ちさと

中原 千里さん

昭和5年9月6日生まれ(90歳)



【生まれ】
安佐南区安東で3人兄弟の三男として産まれました。長男は、12歳離れていて、次男は6歳離れていましたが、次男は戦死しました。そのせいか母さんの実家で、1歳違いのいとこの子とよく遊んでいた事を憶えています。

【仕事・結婚】
高校卒業後に、飛行機の整備をして、その後は、電電公社(現NTT)に就職し電話回線の電柱を山間地域に建てるに行く仕事をしていました。

当時の電柱は全て木で出来ており、5、6人で地面に穴を掘り、電柱を人の力で立てていました。電柱を立てる際に、頭で考えて工夫しながら作業をするのが楽しかったですし、やりがいがありました。高い所に登るときは必ず命綱をしていました。

時代とともに電柱はコンクリートに代わり、輸送もレッカー車で運ぶようになったので、作業が少し楽になりましたね。

仕事はとにかく一生懸命がモットーでした。

結婚は、20歳位の時に見合いで奥さんに出会いました。奥さんは、何でもできる人でしたね。料理も上手で、和食をよく作ってくれましたよ。

あと長男と一緒に3反の田んぼで牛を使って、米を作っていました。機械が出て来てからははずいぶん楽になりましたね。

子供は、男1人で、奥さんによく育ててもらって、よく気が利く子です。何でも声をかけてくれて、奥さんの面影があり、とても感謝していますよ。

【趣味】
体を動かさないといけないと思って、近所に散歩へ出かけています。散歩に行った時や、レジデンス5階から携帯で、写真を撮るのが楽しみです。写真を撮るときは構図を考えながら撮っています。人を撮るのは苦手だけど、きれいな花や、風景を撮るのが好きです。

↓中原さんの携帯電話の中から↓



職員より

以前、レジデンスの廊下にある書に「全力をつくして生きなさい」と書いてあるのを見ながら、「一日一日を大切にしたいね」とお話ししてくださいました。

いつも「何かしなさいといけんよ。」って、意欲的な中原さん。これからも元氣により充実した毎日にしていきましようね。

(黒田)

【魚釣り】



高橋内科小児科医院短期入所療養介護事業所

くろかわ やすひこ
黒川 泰彦さん(89)

「黒川さんの趣味はなんですか?」そう問い掛けると、すぐに「魚釣り」と答えられるほど魚釣りが好きだそうです。そんな黒川さんに詳しくお話を聞いてみました。
魚釣りに興味を持ったのは高校一、二年生の頃。学校が終わるとすぐに魚釣りに出掛けるほど夢中になっていったそうです。
高校を卒業した後はキリンビールに入社、山口県にある『お客様相談センター』の様な部署に配属され、日々お客様からのクレーム対応を行っていたそうです。「ビールがおいしい」とクレームを受ければ現品を預かり調査して工場の方へ伝え、お客様には新しいビールを届けるというような大変なお仕事だったそうです。



そんな黒川さんを癒してくれていたのも魚釣り。社内に『魚釣りサークル』があり、会社に船を買ってもらい、休みの日にはサークル仲間と一緒に魚釣りを楽しんでいました。また、サークルで船を操縦出来る人が必要だったので、小型船舶免許を取得し船を操縦するようになったそうです。もちろん仲間の方も順々に小型船舶免許を取得、主に山口沖や山陰に出向き釣りを満喫されたそうです。釣った魚の中で一番大きかったのは、1m位のハマチだそうです。
会社を退職した後も職場の方々との関係は続き、よく一緒に釣りに行っていただけました。



やさしい笑顔の黒川さん



カラオケもスキです!



日頃穏やかな性格の黒川さんですが、今回のインタビュウをしている間、目をキラキラ輝かせながら当時の思い出を笑顔で語られ、熱のこもったお話を聞かせていただきました。ありがとうございました。

(中島聡子)

「ニュースレターあすか」は
当法人のホームページ上でも見ることができます
全編カラーで掲載しておりますのでぜひご覧ください
<http://www.asuka-net.or.jp>



医療法人あすか

Mail: asuka@smail.plala.or.jp

〒731-0103 広島市安佐南区緑井2丁目12-25

TEL:082-879-3143 FAX:082-879-3190

(編集:今中 峰三子 澄川 幸子)

【編集者のつぶやき】

スタッドレスタイヤに替えるか替えないか:迷った挙句、替えました、結局。今年も替えて正解でしたね◎ただ、1月の大雪の日、奇しくも私は公休日でした(笑)それからあつという間に3月になり、またタイヤ替えないといけない...めんどくさいですね(笑)こないだ替えたばかりなのに。先日子供の卒業式にいらしてきました。保護者は1名のみ、来賓もなく時間も短縮された式でしたが、このコロナ禍でも実施してもらったことに感謝です。子供にとっても記憶に残る卒業式になったと思います。

医療法人あすかの関連施設

緑井3丁目20-1

あすか居宅介護支援事業所

0821830-5177

あすか病児保育室

児童デイサービス ぱるみどりい

毘沙門台東1丁目24-16

デイサービスセンター

しゅりあちよーく

あすかケアプラザ 中須1丁目26-12

ヘルパーステーション あすか大町

デイサービスセンター あすか大町

ショートステイ あすか大町

サービス付き高齢者向け住宅

レジデンスあすか

あおぞら保育園

毘沙門台東1丁目24-16

児童デイサービス ぱるびしゃもん

緑井2丁目9-31-102

児童デイサービス ぱるひよし

緑井2丁目9-31-101

相談支援事業所ぱる

あすか療養センター 緑井3丁目40-30

毘沙門クリニック

ショートステイ いわや

緑井2丁目11-11-102

あすか訪問看護ステーション

緑井2丁目12-25

高橋内科小児科医院

デイサービスセンター

まやちちよーく

通所リハビリテーション すてつが

ショートステイ みどりい

小規模多機能型居宅介護事業所

つどいの家